

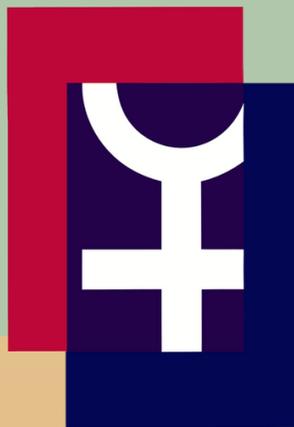


FILM NEGATIVE



FILM NEGATIVE

FILM NEGATIVE



centro de la
mujer

Más información:

 926 27 20 08

 centromujer@ayto-miguelturra.es

 www.miguelturra.es

 690 94 13 03

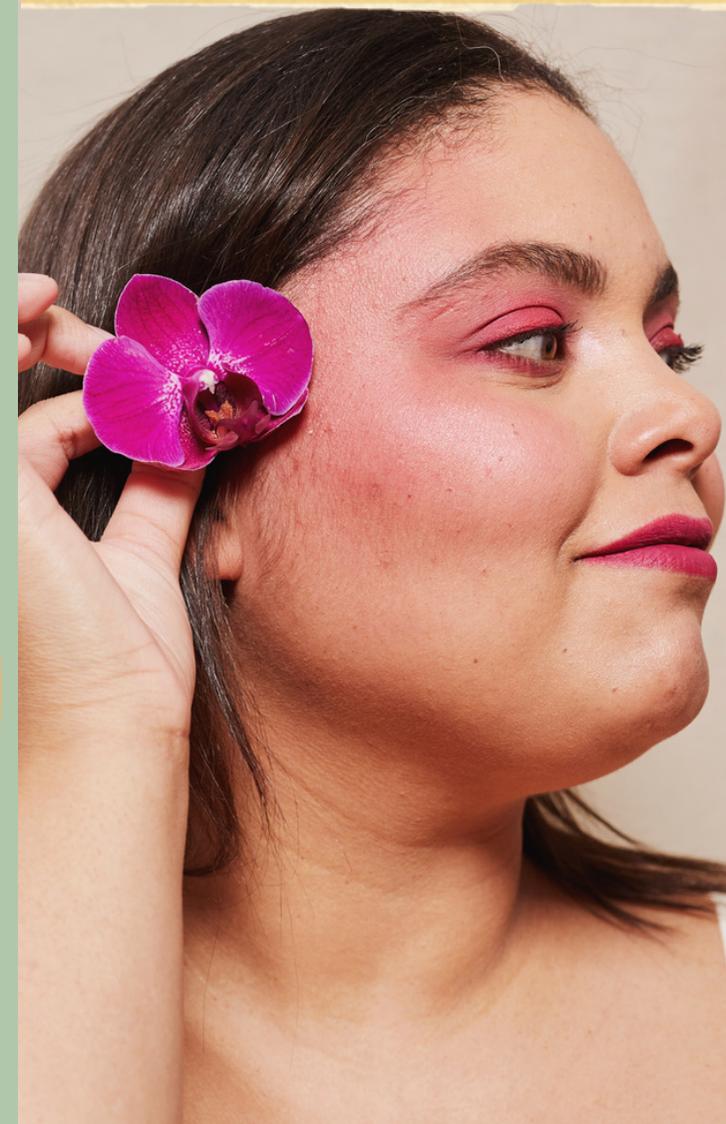
Información e Inscripciones:

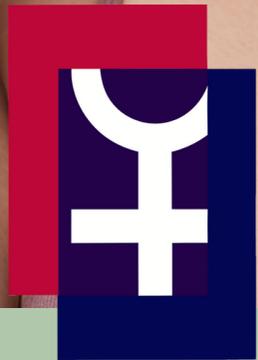
Inscripciones a
partir del
28 de marzo.



PROGRAMACIÓN ACTIVIDADES

ABRIL-JUNIO 2023





centro de la
mujer



Área Psicología

Taller

“Prevención de trastornos psicológicos a través de la salud emocional”.

Actividad grupal para compartir un espacio de empoderamiento a través de estrategias de autoconocimiento.

Día 20 de Abril. De 10:00 a 12:00h.

Lugar: CENTRO DE LA MUJER

Imparte: Psicóloga del Centro de la Mujer
Matrícula gratuita.

Área Salud

Talleres de YOGA Y YOGA TERAPEÚTICO

Matrícula: 15€/mes

Lugar: Estadio Municipal

Imparte: FORTRADE GESTIÓN S.L.

Área Jurídica

Charla informativa:

“Regímenes económicos del matrimonio”.

- ¿Qué es el régimen económico matrimonial?.
- ¿Cuántos regímenes económicos existen en nuestro Derecho?.
- ¿Qué son las capitulaciones matrimoniales?.
- ¿Se puede cambiar de régimen económico matrimonial?.
- ¿Qué bienes son gananciales y cuáles no?

Día 24 de Mayo. De 10:00 a 12:00h.

Lugar: CENTRO DE LA MUJER

Imparte: Asesora Jurídica del Centro de la Mujer
Matrícula gratuita.

Horario de mañanas:

- Lunes y miércoles: De 10:00 h. a 11:00 h.

Horario de tardes:

- Lunes y jueves : De 17:30h. a 18:30 h.
- Miércoles y viernes: de 19:00 a 20:00h

YOGA TERAPEÚTICO:

- Miércoles y viernes de 11:30h. a 12:30h

DANA+ Programa de empoderamiento de mujeres para el empleo (36 horas)



Fechas: Días 13, 14, 17, 19, 21, 24, 25, 27 y 28 de abril.

Horario: de 9:30 a 13:30 horas

Contenidos: Competencias y habilidades para mejorar la empleabilidad y competencias digitales para el empleo.

Matrícula Gratuita.

Lugar: Centro de la Mujer

Imparte: Fundación Mujeres

- Curso práctico de Inglés* coloquial – laboral (40 horas).

*no se requiere nivel previo

MAYO- Martes y Jueves. de 9:30 a 11:30h.

JUNIO-

Lunes, miércoles y viernes. De 9:30 a 11:30h.

Fecha de inicio: 2 de mayo

Matrícula: 15€.

Lugar: Centro de la Mujer

Imparte: INFORMÁTICA PLUS

- Formación en capacidades digitales para mujeres del ámbito rural de Castilla-La Mancha. DIGITALIZACIÓN BÁSICA O AVANZADA (40 horas)

Fechas: Del 3 al 29 de mayo

Lunes, miércoles y viernes. De 9:30 a 13:00h.

Matrícula Gratuita.

Lugar: Centro de la Mujer

Imparte: HEDIMA DN Formación, S.L.

DIGITALIZACIÓN BÁSICA:

Módulo 1: Iniciación y búsqueda de información en entornos digitales.

Módulo 2: Comunicación básica entornos digitales.

Módulo 3: Competencias digitales básicas para la búsqueda de empleo.

Módulo 4: Competencias digitales básicas para la participación en la sociedad digital.

DIGITALIZACIÓN AVANZADA:

Módulo 1: Configuración del sistema operativo de tu ordenador.

Módulo 2: Tratamiento de la información en entornos digitales.

Módulo 3: Comunicación y creación de contenidos en entornos digitales.

Módulo 4: La seguridad.



- Taller de herramientas para realizar compras y trámites de gestión administrativos. (2 horas)

Fecha: 18 de abril

Horario: de 17:00 a 19:00 horas

Lugar: CENTRO DE LA MUJER (Aula de Informática):

Imparte: Fundación Cibervoluntarios.

Contenidos:

- Certificado digital y trámites dirigidos a mejorar la calidad de vida en el día a día.
- Seguridad digital para la prevención de amenazas y confianza en la red.

- Taller de herramientas digitales para la búsqueda de empleo. (2 horas)

Fecha: 20 de abril

Horario: de 17:00 a 19:00 horas

Lugar: CENTRO DE LA MUJER (Aula de Informática)

Imparte: Fundación Cibervoluntarios.

Contenidos:

- Portales de empleo, autocandidaturas...
- Uso de LinkedIn.
- Elaboración de videocurrículum.
- Seguridad en internet en la búsqueda de empleo.